5.121 Polievka zeleninová s drožďovými haluškami
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	18,00	18,00	20,00	20,00	22,00	22,00	25,00	25,00
mrkva	1,20	1,96	1,50	1,20	1,80	1,44	1,80	1,44
zeler	0,60	0,48	0,80	0,64	0,80	0,64	1,00	0,80
petržlen	0,60	0,48	0,80	0,64	0,80	0,64	1,00	0,80
kaleráb	0,90	0,72	0,90	0,72	1,00	0,80	1,20	0,96
hrášok sterilizovaný b.n.	0,80	0,80	0,80	0,80	0,90	0,90	1,00	1,00
cibuľa	0,40	0,34	0,40	0,34	0,50	0,42	0,50	0,42
olej	0,10	0,10	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
petržlenová vňať	0,10	0,07	0,10	0,07	0,15	0,11	0,15	0,11
droždie	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
vajcia	8	0,40	8	0,40	10	0,50	10	0,50
múka hrubá	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30	0,30	0,30
strúhanka	0,20	0,20	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25
maslo	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10	0,10
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
olej	0,10	0,10	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Na oleji speníme časť očistenej, pokrájanej cibule, pridáme umytú, očistenú na kocky pokrájanú zeleninu, soľ, podusíme a zalejeme horúcou vodou. Pridáme sterilizovaný hrášok a varíme ešte 20 minút. Do polievky zavárame haluš ky.

Drožďové haluš ky: na oleji speníme čistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme droždie, popražíme, pokiaľ sa droždie oddeľuje od oleja. Vychladnuté droždie pridáme spolu s hrubou múkou a strúhankou do rozšľahaných vajec, mierne posolíme, pridáme maslo, vymiešame a haluš ky zavaríme do polievky.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	296	71	1,93	3,9	1,5	6,4	1,2	34,2	0,6	0,234	0,0	0,0	7,1	0,0
B	327	79	2,04	4,4	1,8	6,9	1,5	40,1	0,6	0,28	0,0	0,0	8,6	0,0

										5				
C	417	100	2,45	6,0	2,8	8,2	1,7	45,2	0,7	0,343	0,0	0,0	9,6	0,0
D	470	113	2,69	7,1	3,4	8,7	1,8	51,2	0,8	0,345	0,0	0,0	11,1	0,0